

Федеральное государственное автономное  
образовательное учреждение  
высшего образования  
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
Институт педагогики психологии и социологии  
Кафедра общей и социальной педагогики

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий кафедрой  
А.К. Лукина  
подпись инициалы, фамилия  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2017 г.

**БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА**

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
Профиль подготовки 44.03.02.00.05 Психология и социальная педагогика

**ВЛИЯНИЕ МУЗЫКАЛЬНО-ДВИГАТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ В ДЕТСКОМ  
САДУ НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ДЕТЕЙ 2-3 ЛЕТ**

Руководитель	<u>                    </u> подпись, дата	<u>старший преподаватель</u> должность, ученая степень	<u>М. А. Волкова</u> инициалы, фамилия
Выпускник	<u>                    </u> подпись, дата		<u>Н.С. Попова</u> инициалы, фамилия
Научный консультант	<u>                    </u> подпись, дата	<u>доцент, канд.филол.наук</u> должность, ученая степень	<u>А.К. Лукина</u> инициалы, фамилия
Нормоконтролер	<u>                    </u> Подпись, дата		<u>Ю. С. Хит</u> инициалы, фамилия

Красноярск 2017

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение .....	3
1 Теоретические основы достижения эмоционального благополучия дошкольников средствами музыкально- двигательных занятий .....	6
1.1 Особенности физического и психического развития детей 2-3 лет .....	6
1.2 Проблемы эмоционального благополучия детей дошкольного возраста .....	12
1.3 Достижение эмоционального благополучия детей 2-3 лет посредством музыкально-двигательных занятий .....	22
2 Экспериментальное изучение влияния музыкально –двигательных занятий на эмоциональное благополучие детей .....	33
2.1 Организация эксперимента по изучению уровня эмоционального благополучия детей 2-3лет .....	33
2.2 Влияние музыкально двигательных занятий в детском саду на эмоциональное благополучие детей 2-3 лет .....	40
Заключение .....	45
Список использованных источников .....	47
ПРИЛОЖЕНИЕ А .....	51

## ВВЕДЕНИЕ

В дошкольном возрасте формируются основы физического и психического развития ребенка. С развитием физических качеств у детей необходимо учитывать не только физический компонент, но и эмоциональное состояние ребенка. В настоящее время приоритетным является умственное развитие детей дошкольного возраста, таким образом, дети перегружены различными малоподвижными занятиями, т. е. количество движений, которые они производят в течение дня, ниже возрастной нормы. В наше время, современные дети довольно много знают и понимают, решать логические задачи стали значительно реже. Они начали удивляться и восхищаться, бунтовать и сопереживают, все чаще они стали проявлять черствость, хамство и равнодушие, их интересы ограничены, а игры однообразны, по истечению определенного срока становятся неинтересны. Неудовлетворенная потребность в движении могут вызвать изменения в энергии эмоционального развития ребенка и отрицательно сказаться на его здоровье.

Эмоциональная сфера ребенка на протяжении дошкольного возраста меняется. Изменяются взгляды ребенка на мир и отношения с окружающими. Способность детей дошкольного возраста понимать и контролировать уровень своих эмоций. Эмоции помогают ребенку приспособиться к той или иной ситуации. Благодаря эмоциональному развитию, ребенок начинает контролировать свое поведение, избегая тех поступков, которые могут иметь место быть под влиянием случайных обстоятельств и мимолетных желаний.

Отсутствие эмоций ведет не только к пассивности мыслительных процессов, но и физической неактивности. Физические упражнения могут способствовать улучшению настроения и бодрости духа.

Ведь физическая культура способствует развитию, обеспечивает не только физическое, но и духовное здоровье человека.

Цель: оценить влияние музыкально-двигательных занятий в детском саду на уровень эмоционального благополучия ребенка 2-3 лет

Объект исследования: эмоциональное благополучие детей 2-3 лет

Предмет исследования: достижение эмоционального благополучия детей 2-3 лет средствами музыкально-двигательных занятий.

Гипотеза: эмоциональное благополучие детей 2-3 лет будет успешным, если игровые музыкально двигательные занятия будут направлены:

- на снятия психоэмоционального напряжения,
- на распознавание и выражение эмоций.

Задачи исследования:

- Изучить теоретические аспекты достижения эмоционального благополучия с помощью музыкально-двигательных занятий для детей 2-3 лет.
- Разработать серию музыкально-двигательных занятий для детей 2 - 3 лет, способствующих достижению их эмоционального благополучия.
- Провести серию музыкально-двигательных занятий для детей 2 - 3 лет, способствующих достижению их эмоционального благополучия.
- Изучить влияние предложенных нами занятий на уровень эмоционального благополучия детей.

Методы исследования:

- теоретический анализ и обобщение психологических исследований отечественных и зарубежных авторов по проблеме развития эмоциональной сферы ребенка дошкольного возраста;
- наблюдение включенное;
- формирующий педагогический эксперимент.

База исследования: практической базой исследования являлось дошкольное образовательное учреждение частный детский сад «Ангелята». Дети в возрасте 2-3 лет.

## **1 Теоретические основы достижения эмоционального благополучия дошкольников средствами музыкально- двигательных занятий**

### **1.1 Особенности физического и психического развития детей 2-3 лет**

В возрастной нейропсихологии, физиологии, организм ребенка рассматривается как единая саморегулируемая система. Большинство мероприятий на развитие физических качеств детей дошкольного возраста обеспечивает педагог по физической культуре. Другие виды двигательных занятий, конечно, организует воспитатель. Для формирования развития эмоционального благополучия детей младшего дошкольного возраста в процессе двигательной деятельности уделялось мало внимания.

Ребенок - конструктор, который на основе своих собственных убеждений строит свое отношение к миру. Дети создают в себе второй уровень реальности. На основе собственного взаимодействия с внешним миром в своем воображении они строят свой внутренний мир [9].

Младший дошкольный возраст - самый важный период в развитии ребенка. Именно в это время происходит переход малыша к новым и интересным отношениям со взрослыми, сверстниками.

В психологии и педагогике рассматривается период "кризиса трех лет", когда младший дошкольник, который не так давно был такой покладистый, начинает проявлять нетерпимость к помощи взрослого, стремление настоять на своем, и упорство в достижении собственных целей. Это говорит о том, что прежний тип взаимоотношений взрослого и ребенка должен быть изменен в направлении предоставления малышу большей самостоятельности и обогащения его деятельности новым содержанием.

Ребёнок 2-3 лет достаточно эмоционален, однако эмоции его непостоянны, малыша очень легко отвлечь и переключить с одного

эмоционального состояния на другое. Упрямство приносит самому ребенку отрицательные эмоции - слезы, гнев. Восстановления эмоционального равновесия способствует так называемая ритмическая стимуляция – игры с педагогом, которые включают ритмическое подбрасывание, покачивание, поглаживание и т.д. Впрочем, это довольно трудный этап развития ребенка, как для родителей, так и для него самого.

К 2-3 годам ребенок приобретает определенный багаж навыков и представлений об окружающем мире. Общение со взрослыми, которые организуют стимулирующую развитие предметную среду, поддерживают его любопытство и поощряют, привлекают внимание малыша к новым предметам, является одной из важных особенностей предметной деятельности ребенка. Исследовательское поведение совершенствуется на протяжении раннего возраста, оставаясь важной составляющей познавательного и творческого развития как в этот, так и в последующие возрастные периоды. Однако, в процессе экспериментирования ребенок получает чисто активное удовольствие и от самого действия, ибо он чувствует себя при этом субъектом происходящего, источником перемен в окружающем его мире. Маленький ребёнок изучает только то, что его заинтересовало, и принимает что-то только от того человека, которому он доверяет. В этом отношении достаточно важно, как протекает развитие ребёнка в детском саду и испытывает ли он в группе эмоциональный комфорт.[6]

У детей 2-3 лет слабо развиты механизмы саморегуляции организма, что может привести к резкому снижению эффективности обучения. Испытывать дискомфорт ребенок может по разным причинам: не спит, ему холодно или жарко, он хочет пить или кушать, ему больно и т. д. Педагог должен быть уверен, что малыша ничего не волнует и не беспокоит. В 2-3 года воспитание

ребенка и его психология имеют ряд индивидуальных особенностей определяющих развитие:

- коммуникабельности;
- самообслуживания;
- развитию речи;
- физической подготовки.

В 2-3 года малыш чувствует себя вполне самостоятельным; он умеет, общаться, одеваться, разговаривать, бегать, прыгать. Это время самоутверждения с помощью двух слов: «Я сам!».

Ребенок пытается стереть границы ранее дозволенного, подчиняет себе старших, регулярно капризничает, плачет, начинаются истерики. Родители постепенно теряют управление над собственным ребенком. Психическое развитие ребенка 2 лет достигнуто той стадии, когда он мгновенно усваивает новую информацию и практически ничего не забывает. Это самый благодатный период для максимально эффективного развития. Освоение некоторых способностей происходит достаточно легко, при этом они запоминаются на всю жизнь. Он сможет удержать внимание на каком-либо действии даже на полчаса, особенно если и вы будете вовлечены в процесс.

Таким образом, двух – трёх летние дети довольно много знают и умеют, но они по-прежнему нуждаются в поддержке и помощи родителей. Дети 2 – 3 лет особенно эмоциональные, малыша настроение вполне их может часто меняться. Восстановить эмоциональное равновесие возможно с помощью какой-либо игры. Этот период жизни также знаменателен кризисом трех лет.

Общение у детей носит ситуативно-личностный характер. Это означает, что любой ребенок нуждается в индивидуальном уходе и внимании педагога, личный контакт с ним. Это непродолжительное обучение построено так, что учитель имеет возможность говорить мало, но с каждым ребенком



индивидуально. Обучение в этом возрасте происходит и на собственном опыте, и на основе подражания взрослому [5]. Ребёнок подражает всему, что делает взрослый - и хорошему и плохому, правильному и не правильному. Важно понять, что характерное и важно для ребенка третьего года жизни требования «я - сам», прежде всего, отражает появление у него необходимости в самостоятельных действиях, а не фактический уровень его возможностей.

Главная задача взрослого поддержать стремление ребенка к самостоятельности, не погасить его критикой неумелых действий ребенка, не подорвать веру ребенка в собственные силы, высказывая нетерпение по поводу медленных и неуклюжих действий.

Главное-помочь каждому ребенку увидеть рост своих достижений, ощутить радость переживания успеха в деятельности. Речь находится на стадии формирования, происходит быстрое увеличение словарного запаса. В два года малыш уже хорошо начинают понимать это, и он старается более понятно выражать свои мысли, да и сам старается более понятно выражать свои собственные мысли. Улучшается регуляция поведения в результате обращения взрослых к ребёнку, который начинает воспринимать не только инструкцию, но и рассказ взрослых. Интенсивно развивается активная речь детей. Дети продолжают осваивать названия окружающих предметов, учатся исполнять простые совместные пожелания взрослых в пределах видимой наглядной ситуации. Количество понимаемых слов значительно возрастает. У трехлетнего малыша языковые способности усовершенствуются настолько, что двустороннее речевое общение может превратиться в полноценный разговор.

К 3 годам они осваивают основные грамматические структуры, пробуют строить простые предложения, в разговоре со взрослым используют практически все части речи. К концу 3-го года жизни речь становится средством общения ребёнка со сверстниками. В этом возрасте у детей

формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование. Внимание, мышление, память - произвольны. Основой для развития мышления являются формирование и совершенствование мыслительных действий. От того, какими мыслительными действиями обладает ребенок, зависит, какие знания он может усвоить и как он их может применить. Основной формой мышления становится наглядно-действенная. Ее особенность заключается в том, что возникающие в жизни ребёнка проблемные ситуации решаются путем реального действия с предметами [5]. К концу третьего года жизни у малышей появляются зачатки наглядно-образного мышления. Ребёнок в ходе предметно-игровой деятельности ставит перед собой цель, намечает план действия и т. п. Для детей этого возраста свойственна неосознанность мотивов, импульсивность, зависимость чувств и желаний от ситуации. Ребенок старается играть самостоятельно, включает свое воображение. Игрет в простые групповые игры. Начинает подражать сверстникам. Ходить на носках, научиться бегать, сохранять равновесие на одной ноге. Сидит на корточках, спрыгивает с нижней ступеньки. Развивает моторику рук, координацию рук и глаз, может крутить пальцем диск, рисует, играет он просто, играя с песком и глиной. Красит пальцем. Режет ножницами. Рисует по образцу крест. Предметно-игровая деятельность. Рассматривает картинки. Нанизывает бусы. Разбирает и складывает пирамиду без учета величины колец. Выделяет парную картинку по образцу.

На третьем году жизни дети становятся самостоятельнее. Продолжает развиваться предметная деятельность, ситуативно-деловое общение ребенка и взрослого; совершенствуются восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление.

Становление предметной деятельности связано с усвоением культурных способов действия. В 3 года внимание малыша еще очень неустойчиво,

особенно в первые годы, когда ребенок обнаруживает черты двухлетнего малыша. И все же он способен сосредоточиться на деятельности, которая для него является очень увлекательной и интересной, непрерывно в течение 12-15 минут. Также ребенок значительно улучшает память.

На третьем году жизни улучшаются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям абсолютно точно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из 2–3 предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии, петь. Улучшается слуховое восприятие, прежде всего фонематический слух. К трем годам малыши воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями.

Малыши легко заражаются эмоциями сверстников. Однако в этот период начинает складываться и произвольность поведения. У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ранний возраст завершается кризисом трех лет. Кризис 3 лет – граница между ранним и дошкольным возрастом – один из наиболее трудных моментов в жизни ребенка. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. Ребенок, отделяясь от взрослых, пытается установить с ними новые, более глубокие отношения. Новая позиция «я сам», возрастание его самостоятельности и активности, требуют от близких взрослых своевременной перестройки. Если же новые отношения с ребенком не складываются, его инициатива не поощряется, самостоятельность постоянно ограничивается, у ребенка возникают собственно кризисные явления, проявляющиеся в отношениях со взрослыми.

Понятие «двигательная активность» включает в себя сумму движений, выполняемых человеком в процессе его жизнедеятельности.

Физическая активность оказывает влияние на формирование психического статуса ребенка. Существует прямая корреляция между уровнем

физиологической приспособленности и психического развития ребенка. Физическая активность стимулирует развитие перцептивных, мимических и умственных процессы, ритмические движения тренируют пирамидную и экстрапирамидной системы. Дети, которые имеют большие объемы двигательной активности в режиме дня, характеризуются средним и высоким уровнем физического развития, адекватными показателями состояния ЦНС, эффективность сосудистой и дыхательной систем, повышенной иммунной устойчивостью, низкой заболеваемостью простудными заболеваниями.

В детском возрасте двигательную активность можно условно поделить на три составные части: активность в процессе физиологического воспитания; физическая активность, осуществляемая во время обучения, общественно полезной и трудовой деятельности; спонтанная физическая активность в свободное время. Эти элементы тесно связаны между собой. Потребность организма в двигательной активности индивидуальна и зависит от многих физиологических, социально-экономических факторов. Воспитание интереса, потребность в движениях под музыку, развитие гибкости, пластичности, развитие способности к выразительности исполнения движений, эмоциональное благополучие ребенка, такие как улыбка, смех, отношение к успеху.

## **1.2 Проблемы эмоционального благополучия детей дошкольного возраста**

Понятие «эмоциональное благополучие» соотносимо с понятием «эмоциональное самочувствие», определяемым как ощущение или переживание ребенком эмоционального комфорта – дискомфорта, связанного с различными значимыми аспектами его жизни.

И.Б. Куркина и Т.К. Марченко под эмоциональным благополучием ребенка дошкольного возраста понимают благоприятное нервно-психическое состояние ребёнка, проявляющееся в хорошей и быстрой адаптации, адекватности поведения ребенка окружающим условиям и событиям, социально-приемлемых способах самоутверждения и самовыражения, положительном эмоциональном фоне, оптимистическом настрое, способности к эмоциональному сопереживанию, доброжелательном отношении к другим людям, равномерном и своевременном развитии психических процессов. [13]

С.Л. Рубинштейн считал, что эмоциональное развитие – это развитие умственных и волевых процессов, формирующиеся на протяжении детства, в результате овладения ребенком опытом предшествующих поколений и усвоения вырабатываемых обществом нравственных норм, идеалов.[30]

определяют эмоциональное благополучие как устойчиво-положительное, комфортно- эмоциональное состояние ребенка, являющееся основой отношения ребенка к миру и влияющее на особенности переживаний, познавательную сферу, эмоционально-волевою, стиль переживания стрессовых ситуаций, отношение со сверстниками.

Еще из размышлений А.Д. Кошелевой можно отметить, что изменения в эмоциональной сфере связаны с развитием не только мотивационной, но и познавательной сферы личности, самосознания. Включение речи в эмоциональные процессы обеспечивает их разум, когда они становятся более осознанными, обобщенными. Ребенок старается контролировать свои собственные ощущения и чувства, например внешние их проявления – слезы, но малышу это еще плохо удастся.[11]

По мнению И.Ю. Кулагиной, для раннего детства, как правило, свойственна в целом спокойная эмоциональность, отсутствие сильных аффективных вспышек и конфликтов по незначительным поводам. В

преддошкольном возрасте продолжение эмоциональной жизни ребенка обуславливали особенности той определенной ситуации, в которую он был включен: владеет он привлекательным предметом или же не может его получить, успешно он играет с игрушками или у него ничего не выходит, помогает ему взрослый или нет и так далее. Теперь появление представлений дает возможность ребенку отвлечься от непосредственной ситуации, у него возникают переживания, с ней не связанные, и сиюминутные затруднения воспринимаются не так остро, утрачивают свою прежнюю значимость. Этот новый, относительно стабильный эмоциональный фон определяет динамика представлений ребенка[3].

К. Изард, согласно теории дифференциальных эмоций, выделяет шесть систем личности, которые создают четыре основных вида мотивации: побуждения, переживания и эмоции, аффективно-когнитивное взаимодействие и аффективно-когнитивные структуры. Эмоции рассматриваются как эмпирические и мотивационные явления, которые имеют адаптивные функции. К. Изардом были выделены следующие фундаментальные эмоции, каждая из которых имеет свой спектр психологических характеристик и проявлений: радость, гнев, отвращение, удивление, стыд, интерес, страдание, презрение [8]. Любая из этих эмоций может быть представлена как градация состояний, возрастающая по степени выраженности. Большинство ученых, как и обычные люди, делят эмоции на положительные и отрицательные, позитивные и негативные. Как некая обобщенная классификация эмоций в целом правильна, но понятие "положительное" и "отрицательное", "позитивное" и "негативное" в приложении к эмоциям требуют некоторого уточнения. Такие эмоции, как злость и страх, нередко относят к категории отрицательных и негативных. Неоправданные, беспричинные вспышки гнева или страха могут привести к плохим результатам, как для человека, испытывающего гнев или страх, так и

для его окружения. Но тем же последствиям может привести и радость, если в ее основе лежит злорадство. И в то же время, мы знаем, что гнев может способствовать выживанию индивида или чаще защите личного достоинства, чтобы исправить социальную несправедливость. Полезным для выживания может быть и испуг. Он контролирует гнев и лежит в основе социального порядка.

Относить ту или иную эмоцию к разряду позитивных или негативных следует в зависимости от того, какое воздействие она оказывает на внутри личностные процессы и процессы взаимодействия личности с ближайшим социальным окружением.

К примеру, в случае если в раннем детстве поведение малыша может быть «полевым», а сознание характеризуется единством аффективного восприятия и воздействия, то главным признаком кризиса 3 лет считается нарушение единства аффекта и действия. Ребенок не действует непосредственно под воздействием аффекта, а поступает наперекор своей тенденции. В этот период происходит обобщение чувств: появляется аффективное образование, относящееся к единичному аффекту как понятие к единичному восприятию. Как только наглядно-действенное мышление ребенка, дает пути к творческому мышлению ребенка, развивается и его эмоциональные аспекты сознания. Это отражается в первую очередь в составлении внутренних процессов, которая является одним из важнейших аспектов изменения в дошкольном возрасте. Эмоции играют важную роль в жизни детей дошкольного возраста. Они могут помочь ребенку адаптироваться к данной ситуации. Страх, испытываемый ребенком при виде большой собаки, побуждает его сделать конкретные действия, чтобы избежать опасности. Ребенок радуется, выглядит счастливым – значит в его мире все хорошо. Ребенок грустит или злится – тогда у него что-то не так. Эмоции ребенка-это послание о его состоянии окружающим взрослым.

В исследованиях эмоционального состояния детей дошкольного возраста устойчивое позитивное, комфортное эмоциональное состояние ребенка рассматривается как базовое, которое является основой его отношения к миру. Эта позитивная база оказывает влияние на особенности переживания семейной ситуации, познавательную сферу, эмоции, стресс, эмоциональный стиль отношений со сверстниками. Это базовое эмоциональное состояние характеризуется как чувство эмоционального благополучия, которое проявляется не только в преимущественно позитивных настроениях, но и в стиле переживания результатов действий, успехов и неудач, при формировании познавательной мотивации, включении взрослого в совместную деятельность, имеющую отношение к оценке взрослого, развитию самоконтроля[34].

Эмоциональное состояние дошкольника начинает проявляться, когда он приходит в детский сад в хорошем настроении и в течение дня оно практически не изменяется. Когда проявляется успех в деятельности или же когда его хвалят окружающие, когда отсутствует переживание опасности со стороны окружения, когда есть друзья, с которыми хочется играть и которые взаимно проявляют интерес, когда нет конфликта с педагогами. С возрастом у малыша развиваются положительные эмоции. Момент переживания наслаждения в детских играх сдвигается по мере развития ребенка: у малыша удовольствие появляется в момент получения желаемого результата. На следующей ступени развития удовольствие доставляет не только результат, но и сам процесс игры. На третьей ступени у детей постарше появляется предвосхищение удовольствия в начале игры.

Дети 3-летнего возраста уже способны различать их внутреннее психическое состояние, эмоциональное состояние находящихся вокруг людей, то есть ребенок-дошкольник знает, что его друг расстроен, обижен или испуган, а его соперник, например, разгневан. Из-за этого эмоции участвуют в



формировании социальных взаимодействий и привязанностей. Дошкольный возраст является периодом более интенсивного освоения смыслов и целей человеческой деятельности, период интенсивной ориентации в них. Ребенок развивает широкий спектр игровой деятельности, общение формируется как техническое и мотивационно-целевое. В дошкольном возрасте наиболее значительные изменения происходят во всех сферах психического развития. Для того, чтобы малыш мог учитывать в своем поведении чувства и интересы других, он должен сначала научиться переживать близким людям – родителям, сверстникам, другим взрослым. На протяжении младшего дошкольного возраста развивается внимание и интерес к общению со сверстниками, открываются новые возможности для воспитания у детей доброжелательного отношения к находящимся вокруг, эмоциональной отзывчивости, без которых невозможно правильное социальное развитие. Главным новообразованием становится новая внутренняя позиция, новый уровень осознания своего места в системе общественных отношений.

Способность взрослого выразить свои чувства, вызвать эмоциональный отклик ребенка, является важным условием пробуждения сопереживания. Взрослый показывает детям пример гуманного, доброго отношения к окружающим: как утешить обиженного, чтобы развлечь, порадовать, помочь. Он может помочь детям увидеть в мимике и жестах проявление яркого эмоционального состояния людей. Взрослый поддерживает стремление к положительным поступкам, способствует становлению положительной самооценки. Эмоциональное состояние ребенка влияет на семейные взаимоотношения в семье и в детском саду, на выбор способов, методов и приемов воздействия на ребенка в семье и дошкольном учреждении, то есть формирующим фактором является сама жизнь, взаимоотношения в семье, в

мире. Последствиями эмоционального неблагополучия ребенка являются гнев, страх, депрессия, враждебность, агрессивность.

Эмоциональное благополучие предусматривает удовлетворение потребности в общении, установлении доброжелательных взаимоотношений в семье, между детьми и педагогами в образовательных учреждениях, создание благоприятного микроклимата в группах; создание благоприятных условий для пребывания детей в детском саду. Самую важную роль здесь играют учителя и родители. Работа педагогов и родителей – это единый целостный процесс, происходящий в различных образовательных системах[12]. Педагог как профессионал обязан управлять им на всех стадиях. Таким образом, при постоянной работе, направленной на формирование эмоционального благополучия детей можно достичь больших результатов в исправлении имеющихся эмоциональных проблем и предотвращении возможного негатива эмоционального развития.

Для обеспечения эмоционального благополучия детей в детском саду необходимо:

- позитивность окружающей обстановки для детей (создание поддерживающей, доброжелательной, искренней, домашней атмосферы в группах);
- гибкий, личностно ориентированный подход: отказ от любых "ярлыков", учет психологических и индивидуальных особенностей каждого ребенка, например, в дифференцированном подборе заданий и упражнений, а также индивидуального темпа их выполнения;
- тактичное общение с ребенком для совместной «переработки» чрезмерно волнующих его воспоминаний(часто негативных) с целью их постепенного уменьшения и преодоления, а также повышения самооценки;

- создание условий для раскрытия индивидуальности воспитанников, т. е. раннее выявление их возможностей и способностей, своевременный мониторинг (периодическое отслеживание динамики), поощрение совсем незначительных достижений каждого ребенка и его стремления к самостоятельности;
- внимательное и чуткое реагирование на возникающие детские проблемы, тревоги и страхи;
- безусловное принятие каждого ребенка и взрослого для развития у него жизненно важного чувства безопасности и уверенности в собственных силах. [39]

В дошкольном возрасте стремления, желания, побуждения ребенка соединяются с его представлениями, и благодаря этому побуждения перестраиваются. Опыт работы, связанный с представлением, дают возможность, предвосхищать результаты действий ребенка, приводящих к удовлетворению его желаний. Механизм эмоционального предвосхищения последствий деятельности лежит в основе эмоциональной регуляции действий ребенка. Происходит переход от желаний (мотивов), направленных на предметы воспринимаемой ситуации, к желаниям, связанным с изображаемыми объектами в "идеальном" плане. Действия ребенка не связаны прямо с привлекательным предметом, а строятся на основе представлений о предмете, о желаемом результате, о возможности его достичь в ближайшем будущем[10].

Меняется и структура самих эмоциональных реакций. В раннем детстве в их состав были включены вегетативные и моторные реакции: переживая боль, ребенок плакал, бросался на диван, закрывая лицо руками, или хаотично двигался, выкрикивая бессвязные слова, его дыхание было неровным, пульс частым; в гневе он краснел, кричал, сжимал кулаки, мог сломать вещь, совершить наезд и так далее. Эти реакции сохраняются и у дошкольников, хотя

внешнее выражение эмоций становится более сдержанной. Ребенок может быть счастливым или грустным не только потому, что он делает что-то в определенный момент, но и потому, что ему еще предстоит сделать. Переживания становятся сложнее и глубже, расширяется спектр переживаний, присущих ребенку[3]. Особенно важным является появление у дошкольников таких эмоций, как сочувствие другому. Сопереживание невозможно без совместной детско-взрослой работы и сложных форм общения детей.

А.Д. Кошелева утверждает, что главным направлением становления эмоциональной сферы дошкольника считается появление способности управлять эмоциями, то есть произвольного поведения. Поведение постепенно превращается из побуждаемого спонтанными эмоциями и побуждениями в поведение «волевое», что означает переход от внешней его регуляции к внутренней, к возможности выбора собственного поведения[11]

Как уже подчеркивалось, развитие эмоциональной сферы связано с формированием плана представлений. Образные представления ребенка приобретают эмоциональный характер, и вся его деятельность является эмоционально насыщенной. Все, во что включается дошкольник – игра, рисование, гимнастика, лепка, конструирование, пляски, помощь маме в домашних делах и так далее – должно иметь яркую эмоциональную окраску, иначе деятельность не состоится или быстро разрушится. Ребенок в силу своего возраста просто не способен делать то, что ему неинтересно. Дошкольный возраст – это этап, когда закладывается основа жизни малыша. Проблема эмоционального развития детей дошкольного возраста является актуальной потому, что эмоциональный мир играет важную роль в жизни каждого человека. Эту проблему изучали многие педагоги, психологи (Л. И. Божович, Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн, Т. А. Маркова, А. П. Усова, Д. Б. Эльконин и др.), которые утверждали, что положительные эмоции

создают оптимальные условия для деятельности головного мозга и способствуют познанию мира[36] Это дает возможность ребенку принять участие в любой творческой и развивающей деятельности. Тогда как отрицательные эмоции заставляют избегать нежелательных или вредных действий, защищают и оберегают ребенка. Но следует отметить, что чрезмерное воздействие отрицательных эмоций разрушает мозг и психику человека. Если посмотреть на нашу повседневную жизнь, мы можем увидеть, что эмоции влияют на наше отношение к людям, деятельности, событиям, оценку собственных действий и поступков.

Кроме осмысленности, возможно отметить и другое направление в развитии эмоций в дошкольном возрасте – эмоции становятся более устойчивыми, приобретают большую глубину. Уже в дошкольном возрасте дети развивают способность откликаться на эмоциональное состояние другого человека, проявлять высшее чувство эмпатии, сострадания.

Адекватная эмоциональная реакция на различные (в том числе и стрессовые) ситуации основывается на способности различать эмоциональные состояния по их внешнему проявлению – через мимику, позы, тона голоса, жестов и телодвижений. При этом малыш учится за внешними эмоциональными проявлениями угадывать смысл поведенческих реакций и реагировать в соответствии с этим смыслом [12]. Дошкольный возраст как никакой другой характеризуется сильной зависимостью от взрослого, и прохождение этого этапа становления личности во многом определяется через отношения ребенка со взрослым. Сами взрослые не всегда понимают, каких образом их личностные качества становятся достоянием детей, как своеобразно, соответственно специфике детского возраста они интерпретируются, какое значение приобретают для малыша.

Эмоциональные процессы становятся сбалансированными. Но это не означает снижение насыщенности, интенсивности эмоциональной жизни ребенка. День дошкольника настолько наполнен чувствами и эмоциями, что к вечеру он может, утомившись, дойти до полного изнеможения.

Как справедливо указывал педагог-психолог Института дошкольного воспитания АПН СССР А. В. Запорожец, «эмоции – сложный психологический механизм, прижизненно формирующийся в процессе деятельности ребёнка и являющийся важным регулятором поведения и деятельности в соответствии с потребностями детской личности. А эмоциональное благополучие – гармония между эмоциональным и интеллектуальным, между телесным и психологическим благополучием. Следовательно, только согласование двух систем – эмоциональной сферы и интеллекта, их единство, могут обеспечить выполнение любых форм деятельности ребёнка»[8] Постепенно дошкольник начинает предвидеть не только интеллектуальные, но и эмоциональные результаты своей деятельности. В дошкольном возрасте ребенок осваивает высшие формы экспрессии – выражение чувств с помощью интонации, мимики, пантомимы, которая помогает ему понять переживания другого человека, чтобы обнаружить их. С одной стороны развитие эмоций обусловлено появлением новых мотивов и их соподчинением, а с другой эмоциональное ожидание обеспечивает соподчинение мотивов.

### **1.3 Достижение эмоционального благополучия детей 2-3 лет посредством музыкально-двигательных занятий**

Из психологических особенностей развития детей дошкольного возраста, социальной ситуации развития, возникших новообразований вытекает одно из важнейших условий нормального развития малыша дошкольного возраста –

достижение эмоционального благополучия. К 3х-летнему возрасту, ребенок психологически выходит за рамки семьи, окружающий мир ребенка уже, как правило, неразрывно связан с другими детьми и людьми. Именно в данном возрасте у детей возникает потребность в общении, повышенная потребность в признании окружающих, желание получить похвалу. От того, как и насколько удовлетворены эти потребности, насколько эмоционально благополучно проживает малыш этап дошкольного детства, зависит его дальнейшее развитие. Эмоции – это своеобразный калейдоскоп воспоминаний и переживаний, с которыми ребенок ведет взаимодействие с окружающим его миром, в то же время признавая его. Формирование эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста — одно из важнейших направлений деятельности в современных дошкольных учреждениях [12]. Идея применения музыкально-ритмического движения как средства развития музыкальности детей принадлежит швейцарскому ученому, основателю ритмики Э. Ж. Далькрозу (1865–1950). Благодаря этому, через упражнения и занятия по ритмике Далькроза педагоги в первую очередь стремились создать в своих учениках сильное желание выразить себя. В качестве конкретного музыкально-ритмического воспитания по этой системе является развитие эмоциональных способностей и творческого воображения детей. По его мнению, ритм музыки и пластика соединяются в движении с мотором, мышечной активностью человека[7]

Особый интерес в развитии личности ребенка дошкольного возраста становится вопрос о влиянии музыкально-ритмических движений. Как одно из средств музыкального воспитания они способствуют развитию музыкального слуха и ритмического чувства, музыкального восприятия и двигательной работы, музыкальных способностей в целом. Как известно, движение и музыка обладают большими возможностями для полного физического и духовного

становления развития личности малыша. Также музыкально-ритмические упражнения улучшают эмоциональное благополучие, снижая психоэмоциональное напряжение, способствуют укреплению психологического самочувствия, реализации творческих возможностей, подъему познавательной активности и инициативности детей, развитию внимания, интереса, мышления. Занятия ритмикой способствуют физиологическому развитию ребят: происходит овладение двигательными способностями, улучшается координация движений, развиваются такие важные личностные качества, как саморегуляция, увеличивается жизненный тонус ребенка произвольность его движений и поведения. Доказано, что овладение ритмическими и ритмопластическими движениями под музыку теснейшим образом связано с познавательным, речевым, эмоциональным и социально-нравственным развитием личности. Занятия плясками или танцами дают возможность ребенку отображать посредством выполнения движения нюансы настроения музыкального произведения, создать чувство ритма, координации движения и музыки, чтобы развить уверенность в себе, тем самым предотвращая возникновение различных психических комплексов.

Исследования педагогов, воспитателей, известных ученых, обосновывают возможность и необходимость формирования у ребенка воображения, памяти, мышления с достаточно раннего возраста.

Однако исключением не является возможность раннего развития у детей музыкальных способностей. Есть некоторые данные, которые подтверждают факты воздействия музыки на формирующийся плод в период беременности женщины и позитивное влияние на весь организм человека в будущем. Мимика, танец, жест и музыка, являются одним из древнейших способов выражения чувств и переживаний. Помимо того, что они снимают психическое



напряжение, они еще помогают ребенку легко и быстро установить дружеские отношения с другими детьми и взрослыми.

Основная задача ритмики – развитие у детей восприятия музыкальных образов и способности выражать их в определенной музыке. Музыкально-ритмическая деятельность детей делится условно на 2 группы: восприятие музыки и воспроизведение ее выразительных свойств в движении.

Музыка оказывает позитивное влияние на малыша, обладает свойством вызывать активные действия ребенка. Приобщение детей к музыке происходит через доступные и интересные упражнения, танцы, хороводы, музыкальные игры, которые помогают ребенку лучше почувствовать и полюбить музыку.

Музыкальные особенности детского возраста очень часто рассматриваются как самостоятельный компонент одаренности, который позволяет ребенку эффективно развивать в себе музыкальные способности и осуществлять соответствующую деятельность. Кроме того, музыкальность позволяет адекватно воспринимать и переживать произведение, распознавать ее и т.д.

Рассмотрим, как именно музыкальность может дать знать о себе в самом раннем возрасте. Ребенок, отличающийся этим качеством:

- испытывает потребность в музыке;
- демонстрирует музыкальную впечатлительность, эмоционально реагируя на звучащие произведения;
- имеет конкретные музыкальные предпочтения (это может касаться тех или иных жанров, стилей, действий и т.д. и детского вкуса в целом);
- пытается сконцентрироваться под музыку или совершать под нее определенные движения.

Структура занятий по методикам Н.А. Ветлугиной имеет целью развитие у ребенка общей музыкальности. Это достигается через музыкальную

деятельность детей. Н.А. Ветлугина выделяет четыре вида деятельности: восприятие музыки, исполнительство, творчество и музыкально-образовательная деятельность. В программе выделены три формы занятий: фронтальные (со всей группой), индивидуальные и с небольшими группами. В каждой форме занятий должны присутствовать все виды исполнительства: пение, музыкально-ритмические движения, игра на детских музыкальных инструментах[10]

Музыкально-ритмические движения считаются синтетическим видом деятельности. Каждая программа, основанная на движениях под музыку, будет развивать и двигательные способности, и музыкальный слух, а также те психологические процессы, которые лежат в их основе. В педагогике с давних пор известно, какие большие возможности для воспитания души и тела заложены в синтезе музыки и пластики, интеграции всевозможных видов художественной деятельности. Движение под музыку развивает у младших дошкольников чувство ощущения ритма, способность улавливать настроение музыки, выражение своих эмоций, динамику, возможность воспринимать и передавать в движении различные средства музыкальной выразительности: темп, его ускорение и замедление, усиление и ослабление звучности, строение произведения, характер мелодии.

Ритмические игры прекрасно могут сочетаться с театральными упражнениями, постановкой сказок с использованием шумовых эффектов, озвучивание стихов, музыкальными инструментами. Игры на развитие ритмики в группе очень хорошо способствуют воспитанию у малыша некоторых качеств, таких как, внимание, контактность, вырабатывают неплохую реакцию, коммуникабельность.

Исследуя удивительный потенциал маленького ребенка, разумно ориентироваться на современные методики музыкальной педагогики.

Программа Т. Э. Тютюнниковой «Элементарное прослушивание музыки с дошкольниками» в основной базе имеет игровое обучение – когда малыши знают, что с ними играют, но не осознают, что их учат. Непроизвольное обучение малышей в игре не нарушает их психофизического состояния, так как в ней есть все самое необходимое для развития: фантазии, образ, речевое общение, положительные эмоции движение интерес. Игровая методика больше, чем другие способы воздействия, соответствует потребностям растущего организма ребенка, так как в постоянном движении ставит преграду на пути быстрого утомления и вялости ребенка. Это преградой является движение. На занятиях малышам полезно постоянно быть в движении. Приобретение первичных умений –ритмических способностей, вокального исполнительства, музыкального умения, возможности правильно и художественно точно двигаться, приносит детям большую радость.

Так как на начальном этапе формирования музыкальности детей ритм выступает как ее фундаментальная основа, то первыми инструментами для детей являются шумовые. Поскольку каждая практическая деятельность выполняется с помощью орудия труда, то у каждого ребенка, который учится понимать музыку, должны быть свои музыкальные детские инструменты, с помощью которых он учится. Внешняя привлекательность и необычность инструментов привлекает детей, а так же то, что они без какой-либо помощи могут извлекать звуки. Всевозможные виды музыкальной деятельности дарят детям мгновения чудесного самовыражения, развивают музыкальный навык и начала творчества. В любом виде исполнительства малыши выполняют посильные самостоятельные и креативные задания, которые содействуют развитию их уверенности в себе, воображения, фантазии, уверенности в своих силах.

Эмоции могут помочь ребенку приспособиться к той или иной ситуации. Благодаря эмоциональному состоянию, малыш может следить за своим поведением и стараться избегать тех действий, которые он мог бы совершить под воздействием случайных обстоятельств и мимолетных желаний. Очень важно не только изучать, но и развивать эмоциональную сферу дошкольника, так как эмоции показывают окружающим вокруг его взрослым эмоциональное состояние малыша. Полное отсутствие эмоций ведет не только лишь к пассивности процессов мышления, но и к двигательной пассивности. Положительные эмоции у малыша формируются постепенно через игру, танцы и исследовательское поведение. Момент переживания удовольствия в детских играх по мере роста и развития ребенка сдвигается. Без сомнения, физические упражнения, могут способствовать улучшению настроения и бодрости духа. Физическая культура способствует развитию, обеспечивает не только духовное самочувствие человека, но и телесное. Сначала у малыша появляется наслаждение в момент получения желаемого результата. Вторая ступень – функциональная. Играющему ребенку доставляет радость уже не только лишь результат, но и сам процесс деятельности. Удовольствие теперь связано не с завершением процесса, а с его содержанием. На третьей ступени, у малышей может проявиться предвосхищение удовольствия. В данном случае эмоция возникает в начале деятельности игровой или же двигательной, ни результат действия, ни само выполнение не считаются главным в переживании ребенка.

Обычные, знакомые приседания, прыжки, движения руками, подскоки, получая соответствующее музыкальное оформление, приобретают требуемую поведенческую окраску и, тем самым, трансформируются в воодушевлённые эмоциональные процессы. Задания, которые по мере надобности усложняются, становятся для детей источником эстетического удовольствия и вызывают у детей всё больший интерес.

Также у дошкольников увеличиваются рамки художественного видения мира. Привычные действия превращаются в дирижёрские, танцевальные, в имитацию поведения нужного художественного образа, который воплощается в том или ином виде музыкальной деятельности.

Музыкальные игры ориентированы на выражение эмоционального содержания музыки. В их основе лежит программная музыка, которая дает подсказку для хода действия сюжетной игры, музыкальную характеристику персонажей. Различают сюжетные игры, осуществляемые в образных движениях, и несюжетные, которые разыгрываются по определенным правилам в зависимости от характера музыкального произведения. Игры под музыку можно разделить на два вида: под инструментальную и под пение – хоровод. Под народные песни проходят хороводы, текст песен подсказывает последовательность движений. Игра с пением – начальная форма музыкальной игры, где текст определяет характер образа движения. Способ обучения ритмике – наглядно-слуховой метод, который подразумевает художественное исполнение педагогом музыки, словесный рассказ о новой игре или танце, упражнения – повторение по несколько раз, закрепления движений, поэтапное разучивание репертуара танцев. По восприятию музыки у малышей в первой группе действий происходит выделение ярких выразительных средств в музыке, темповые изменения, метрической пульсации, акцентов. Все это передается хлопками, шлепками, притопами, щелчками, отстукиванием ритма. Во второй группе происходит освоение двигательных навыков в процессе музыкальных игр, хороводов и танцев. В основе занятий музыкально-ритмической деятельности лежит моторно-пластическая проработка музыкального материала. [34]

Главным правилом освоения музыкально-ритмических движений считается внимательное отношение к музыке, что в соответствии с этим, не

допускает разговор и шумное исполнение движений. Самым простым заданием в первое время занятий для малышей должно быть требование начинать и заканчивать движение совместно с музыкой. Если произведение начинается со вступления, следует научить детей слушать его, а движения начинать только после его завершения. Дальше задания немного усложняются, требуя осуществлять смену вида движения в зависимости от характера звучания музыки. Самое главное, музыкой можно влиять на эмоциональное самочувствие ребенка. Так как ранний возраст ребенка отличается более повышенной эмоциональностью, впечатлительностью, то достаточно важно в этом возрасте уделять большое внимание эмоциональности детей. Для повышения уровня эмоционального благополучия детей в детском саду используются различные средства: музыкальные занятия, игры-драматизации с музыкальным сопровождением, танцы, развлечения, дидактические музыкальные игры.

Программа занятий по ритмике в детском саду содержит три этапа:

- 1) Знакомство ребят с новым упражнением, танцем или игрой. Формируется полное впечатление о движениях и о музыке. Это начало разучивания в общих чертах. Преподаватель слушает совместно с детьми музыку, раскрывает ее характер, стремится пробудить в детях желание разучить его, образы и показывает музыкально-ритмические движения. После чего он объясняет содержание музыкально-ритмического движения, его элементы, показывает каждый элемент в отдельности и вместе с детьми выполняет новое движение. В тот момент, когда дети разучивают определенную последовательность элементов всей композиции, педагог рассматривает и оценивает действия малышей, чтобы сохранить их положительное отношение к занятию.

2) Закрепление представлений о музыке и движении. Поощрение детей за самостоятельное выполнение разученных движений.

3) Углубление разучивания. Уточнение, создание целого музыкального образа, настроения музыки.

При организации двигательной деятельности, направленной на создание эмоционального благополучия мы остановились на следующих методических приемах:

а) Поощрение и мотивация детей.

По мнению многих ученых (Г.Г. Филиппова, А.Д. Кошелева, И.М. Никольская, Т.Л. Хвиюзова, Л.А. Рояк, Р.В. Кисловская, и др.), неуспех в какой-нибудь деятельности приводит к формированию эмоционального неблагополучия. Вследствие чего, преподавателю нужно хвалить детей, когда у них получается выполнять что-то, поощрять активность детей, тем самым, придавая стимул, для получения удовольствия в процессе занятий, для желания стать сильнее, смелее, сильнее, быстрее. Внимание и интерес к любому виду деятельности зависит от успеха в этой деятельности.[11]

б) Музыкальное сопровождение.

Ещё В.М. Бехтерев считал, что с помощью музыкального ритма возможно умерить сильно возбужденные темпераменты и растормозить заторможенных детей, установить равновесие в деятельности нервной системы малыша, урегулировать некорректные и лишние движения. Музыкальные игры помогают воспитывать навыки адекватного поведения в группе, снимать эмоциональное напряжение, способствовать принятию роли лидера или ведомого, т.е. работают на социализацию детей.[1]

в) Применение образности.

Воспоминания дошкольника обладают ярко выраженным наглядным, образным характером (А.В. Запорожец). Наряду с образной памятью начинает

складываться словесно-логическая память, детям 3-4 лет присуща предрасположенность к подражанию. Чем эмоциональнее, доступнее и понятнее педагоги показывают выполнение упражнений, тем успешнее проходит процесс их разучивания и закрепления.[7]

г) Использование игровых приемов.

Игра считается основной ведущей деятельностью дошкольников (Л.С. Выготский, Л.И. Божович, А.В. Запорожец, Д.Б. Эльконин и др.), поэтому двигательная деятельность должна проводиться в форме игры

В процессе работы в игре, в танце преподавателю надо несколько раз повторить музыку, остановить внимание детей на моментах, недостаточно ярко переданных в движениях, недопустимо уточнение ритмичности движения в отрыве от музыки, а также громкий счет педагога в момент исполнения упражнения.[34]



## **2 Экспериментальное изучение влияния музыкально –двигательных занятий на эмоциональное благополучие детей**

### **2.1 Организация эксперимента по изучению уровня эмоционального благополучия детей 2-3 лет**

Цель: оценить влияние музыкально-двигательных занятий в детском саду на уровень эмоционального благополучия ребенка 2-3 лет

Объект исследования: эмоциональное благополучие детей 2-3 лет

Предмет исследования: достижение эмоционального благополучия детей 2-3 лет средствами музыкально-двигательных занятий.

Гипотеза: эмоциональное благополучие детей 2-3 лет будет успешным, если игровые музыкально двигательные занятия будут направлены:

- на снятия психоэмоционального напряжения,
- на распознавание и выражение эмоций.

Задачи исследования:

- Изучить теоретические аспекты достижения эмоционального благополучия с помощью музыкально-двигательных занятий для детей 2-3 лет.
- Разработать серию музыкально-двигательных занятий для детей 2 - 3 лет, способствующих достижению их эмоционального благополучия.
- Провести серию музыкально-двигательных занятий для детей 2 - 3 лет, способствующих достижению их эмоционального благополучия.
- Изучить влияние предложенных нами занятий на уровень эмоционального благополучия детей.

База исследования: практической базой исследования являлось дошкольное образовательное учреждение частный детский сад «Ангелыта». Дети в возрасте 2-3 лет. Сроки проведения : 25.01.2017- 01.05.2017 . Занятия проводились 2 раза в неделю по 15 минут.

Главные условия организации двигательной деятельности дошкольников, которые направлены на достижение их эмоционального благополучия:

Принцип доступности. Заключается в том, что содержание и объём знаний о музыке, способы и приёмы изучения, усвоение их детьми соответствует уровню возрастного и индивидуального развития ребенка.

Принципы активной деятельности. Во время танцев малыш должен быть максимально активен, непрерывность процесса индивидуализации, возрастной адекватности процесса.

Принцип систематичности, очередности и постепенности. Постепенный переход от старого к новому, необычному и незнакомому. Благодаря этому принципу у детей появляется уверенность в собственных силах, облегчает малышам усвоение знаний и приобретения навыков, способствует повышенному интересу к занятиям.

Принцип наглядности. Зрительное и слуховое восприятия. Самое главное – это образец выполнения музыкального произведения. Наглядность в обучении увеличивает внимание детей к музыкальным занятиям, прочности и легкости усвоения музыкального материала

Индивидуальный подход к девочкам и мальчишкам с различными уровнями эмоционального благополучия.

Соблюдение рационального двигательного режима, соответствующего возрастным потребностям детей 2-3 лет.

Система работы по развитию музыкально-ритмических движений у детей младшего дошкольного возраста требует определенных условий с учетом возрастных особенностей и музыкальных потребностей дошкольников. Для этого в детском саду имеются:

- танцевальный зал, в котором малыши могут передвигаться спокойно;

- магнитофон, записи с детскими песнями;
- различные атрибуты(мячи, обручи, ленточки).

Этапы проведения и подготовки занятий представлено в приложении А

Задачи ритмики:

Образовательные: формировать навыки владения бегом, ходьбой и другими видами движения как способами выражения музыкальных образов; навыки ритмичного движения в соответствии со структурой, динамикой, темпом и другими особенностями музыкального произведения;

Воспитательные: воспитывать у детей чувство ответственности в коллективных совместных упражнениях, играх, танцах, культуру движений, культуру чувств.

Развивающие: развивать у детей художественно-творческие способности (индивидуальное выражение музыкального образа, эмоциональную отзывчивость, комбинирование и придумывание танцевальных движений), чувство пространства, свободное передвижение посредством снятия мышечного торможения и скованности.

На занятие используются:

- 1) Основные виды движений:
- 2) Ходьба бодрая, размеренная, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоки подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба гусиным шагом.
- 3) Бег легкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки» и т.д.), широкий («волк»), острый (бежим по «горячему песку»).
- 4) Прыжковые движения – на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», легкое.

5) Импровизация. У малышей накоплен разнообразный музыкально-ритмический репертуар, развиты двигательные способности, что способствует креативному мышлению, воображению и фантазии. Занятия импровизации проходит в свободной форме. Благодаря такому виду, дети очень хорошо могут раскрыть себя.

6) Плясовые движения. Элементы народных плясок, доступных по координации. Например, поочередное выставление ноги на пятку, притопывание одной ногой «выбрасывание» ног.

Сюжетное занятие выстраивается в соответствии с содержанием сказок. В сюжетном занятии преобладают имитационные движения –разнообразные, образно-игровые движения, жесты раскрывающие понятный для детей образ, динамику его настроений или же состояний (в природе, в настроениях человека и животных, в вымышленных игровых ситуациях). Цель занятия: развивать у детей умение сочувствовать, сопереживать другим людям или животным – персонажам сказок. Сюжетное занятие проводится по сценарию сказки.

Занятие состоит из основных трех частей. Подготовительная часть: сюда входят разминка и общеразвивающие упражнения, в которых отражен сюжет занятия, т.е. «сказочная зарядка». Основная часть: это кульминация – наивысшая точка развития сюжета. В основную часть входят музыкально-ритмические композиции, соответствующие сценарию. Заключительная часть – развязка на достижение целей, которые были поставлены в начале занятия перед ребятами. Продолжительность занятий 15 минут.

Ход занятия:

1) Вступительная часть 4-6 минут. Общий рассказ последующих действий.

-Здравствуйте, ребята. Сегодня мы с вами совершим прогулку по лесу, в котором нас ждет много нового и интересного.

2) Разминка и основная часть (ходьба, бег, галоп, подскоки).

а) топающий шаг на всей стопе.

- Итак, прошу всех занять места в вагонах. До леса мы доберемся на поезде.

Чух – чух, пыхчу, Пыхчу, ворчу,

Стоять на месте не хочу. Садись быстрее, прокачу!

Дети стоят в колонне, положив руки на плечи впередистоящего. Направляющий – паровозик, руки согнуты в локтях.

Шаг дробный, небольшой, стопа полностью соприкасается с поверхностью пола. «Паровозик» двигается по кругу.

б) марш.

- Вот мы и приехали. Выходим из вагончиков и шагаем дальше.

Руки вдоль туловища, ноги вместе. Дети идут бодрым шагом за направляющим, высоко поднимая колени и энергично взмахивая руками.

в) крадущийся, осторожный шаг. Выполняется широкий шаг

- Мы с вами попали в весенний лес. Растаял снег, журчат ручьи, просыпаются лесные обитатели – звери, птицы, насекомые.

- Что за хитрая плутовка? Рыжая головка,

Хвост пушистый – краса! Кто же это? (Лиса).

г) шаг на внешней стороне стопы. Выполняется спокойный широкий шаг, руки вдоль туловища и округлены в локтях. Дети имитируют шаги неуклюжего медведя

- Тише, тише вы идите, Мишеньку не разбудите.

Там, в берлоге спит медведь, Тише, дети, не шуметь!

д) - Вот мы вышли на лесную опушку. Перед нами луг. Кто пасется на лугу?

- Гоп, гоп, он лихой, С настоящей головой,

С настоящей гривой, Ах, какой красивый! (Конь.)

Выполняется прямой галоп с правой ноги, руки на поясе.

е) поскоки.

- Переберемся через луг - и снова в лес!

Выполняются подскоки по кругу.

спокойная ходьба.

ж) - А сейчас мы будем рыбками.

Дети двигаются в различных направлениях в сочетании с движениями рук – вперед – в стороны

з) отдых, релаксация.

Музыкальное сопровождение – аудиозапись «Вальс цветов» П.И. Чайковского (балет «Щелкунчик»).

- Мы на лесной полянке. Долго мы шли по лесу. Пора бы отдохнуть.

Полежим на травке. Дети лежат на ковре, на спине, расслабив мышцы рук, ног и закрыв глаза. Занятие окончено.

Всем очень хорошо известно, что занятия, которые строятся на основе выполнения музыкально-ритмических движений, дают толчок к развитию эмоционального состояния ребенка, творческих способностей, дают дополнительные возможности к снижению гиперактивности детей. Вся работа по развитию у детей навыков ритмопластики строится с учётом их возрастных особенностей, индивидуальных творческих и физических возможностей. Основой являются результаты диагностики, которая определила дифференцированный подход в процессе развития музыкальных способностей. За каждым ребёнком происходило стандартизированное включенное

наблюдение, о эмоциональной отзывчивости и устойчивости интереса дошкольников к восприятию музыки, были сделаны выводы, которые представлены в рисунке 1. Эти сведения служат для корректировки дальнейшего процесса музыкально-ритмической деятельности, для развития эмоционального благополучия ребенка.

Для того чтобы оценить, как у детей проходит развитие музыкальности и эмоциональной отзывчивости к музыке, было произведено наблюдение. Данные оценивались по трехбалльной системе по следующим критериям:

- Сосредоточенность (внимание в процессе всего восприятия).
- Воспроизведение в мимических, двигательных реакциях ритмического рисунка.
- Проявление у малыша интереса к слушанию музыки.
- Эмоциональный отклик на музыку.
- Адекватность эмоционального отклика на принцип музыки передаваемому в произведении настроению.

1 балл - низкий уровень развития эмоциональной отзывчивости на музыку (ребенок отвлекается, не слушает музыку)

2 балла – средний уровень эмоциональной отзывчивости на музыку. Внешние показатели проявляются по инициативе взрослого, носят неустойчивый характер, ребенок старается проявлять интерес к музыке

3- балла– высокий уровень эмоциональной отзывчивости. Показатели проявляются внешне ярко.

Таким образом, суммарный балл по результатам десяти музыкальных занятий позволяет определить уровень музыкальной отзывчивости дошкольников:

До 15 баллов-низкий уровень

15-20 балла-средний

20-30 высокий уровень

Наблюдение за группой детей в режимные моменты, в процессе танца, в игровой и творческой деятельности выявляет признаки эмоционального благополучия или неблагополучия, общение со сверстниками, и с педагогами, трудности которые возникают у ребенка в определенный момент. Наблюдение проходит 15-20 минут 2 раза в неделю. Сразу происходит фиксация того, что ребенок делает, как говорит, насколько он включен в деятельность, слушает музыку [35].

Оценка уровня эмоционального благополучия малышей происходила по 5-ти балльной шкале по следующим параметрам:

- чувство ритма, темпа окраски музыки;
- яркие проявление негативных эмоций (крик, слезы,...);
- закрытость пассивность, нежелание танцевать и двигаться;
- творческие проявления;
- внимательность, настроенность на педагога;
- смех, улыбки;
- проявление чувства удовольствия.

## **2.2 Влияние музыкально двигательных занятий в детском саду на эмоциональное благополучие детей 2-3 лет**

Диагностика развития эмоциональной отзывчивости на музыку, проведенная в младшей группе (10 человек) в начале занятий по музыкально-ритмическому воспитанию, выявила следующие результаты: высокий уровень: 5 человек, средний уровень: 4 человека, низкий уровень: 1 человек. Данные представлены на диаграмме рисунка 1.



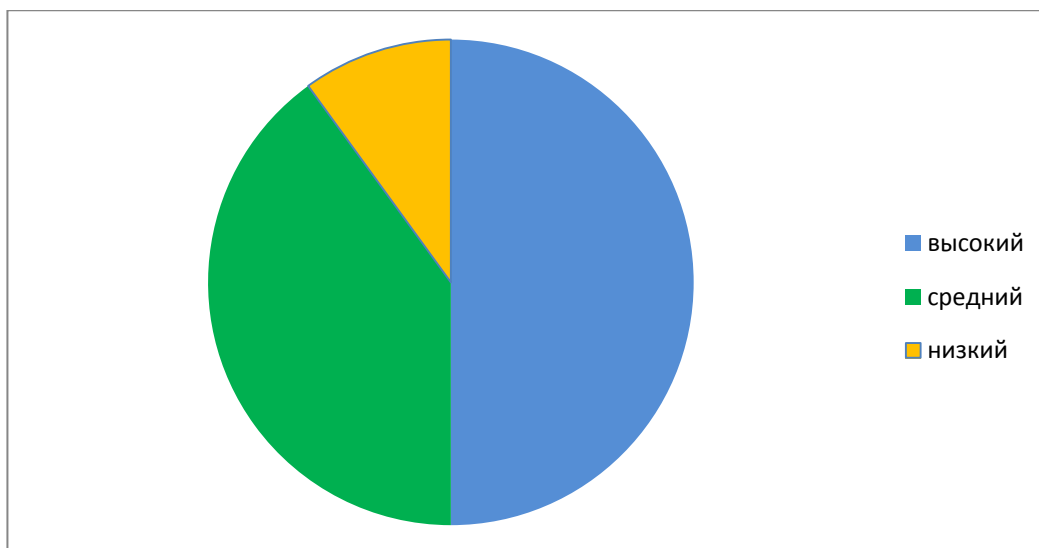


Рисунок 1- данные наблюдения формирования эмоциональной отзывчивости у младших дошкольников восприятию музыки.

Вывод: высокий уровень показывают дети, которые самостоятельно могут производить замену движений в соответствии с изменением характера музыки, чувствует начало и конец музыки, у детей очень хорошо развита внимательность и хороший эмоциональный отклик на музыку. У таких детей ярко выражены эмоции, они очень много улыбаются, смеются и радуются своим успехам.

Средний уровень демонстрируют малыши, которые могут производить смену действий с запаздыванием, по просьбе взрослого. Низкий уровень у ребенка, который абсолютно не внимателен и выполняет движения не ритмично. Некоторые дети очень сильно огорчаются, что влияет на их эмоциональное состояние, отсюда появляются слезы.

Диагностика уровня музыкального и эмоционального развития ребёнка. Наблюдение за малышами в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных упражнений. Из всего этого можно сделать вывод что мимика, жесты, танец ребенка являются лучшим способом выражения чувств и переживаний. Благодаря некоторым

произведениям, которые отражают настроение, передаваемое в музыке, малыши учатся воспринимать чувства, различать оттенки настроения, учатся сопереживать, веселиться, заряжаться положительными эмоциями.

Наблюдение за группой детей в режимные моменты, в процессе танца, игровой и творческой деятельности выявило признаки эмоционального благополучия. Наблюдение проходило по 15-20 минут 2 раза в неделю. Сразу фиксировалось, что ребенок делает, как говорит, насколько он включен в деятельность. Данные представлены на рисунках 2 и 3. Оценка уровня эмоционального благополучия детей производилась по 5-ти бальной системе по параметрам, представленным на рисунках ниже.

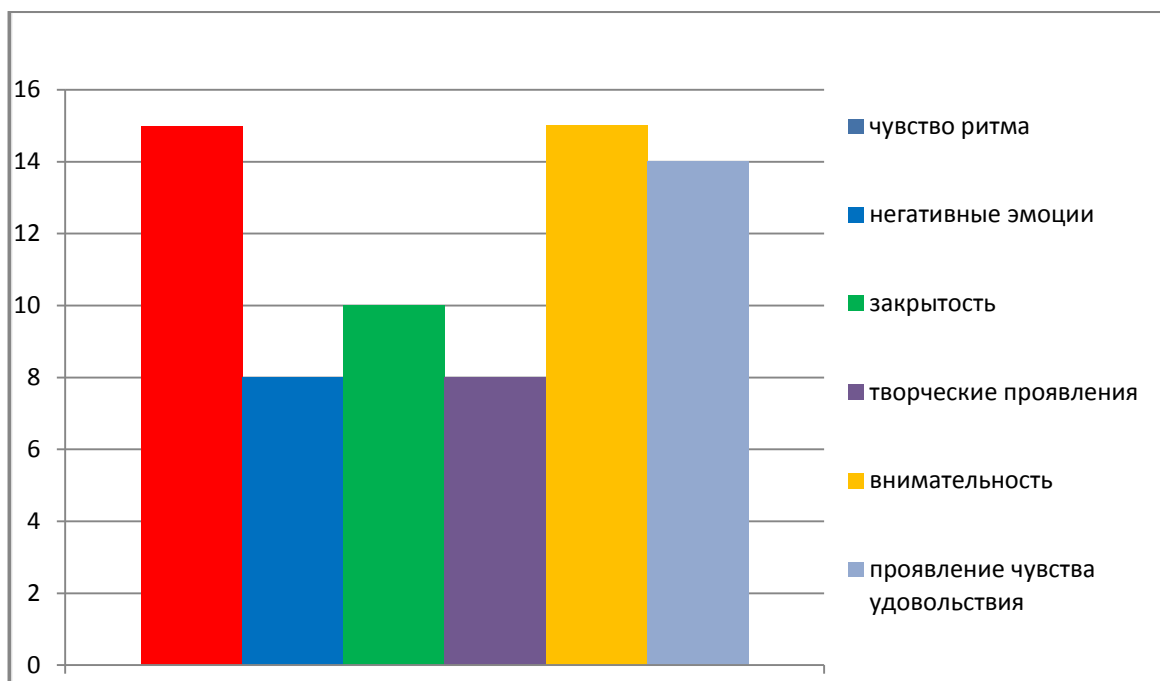


Рисунок 2-Результаты наблюдения за проявлениями эмоционального благополучия на начало формирующего эксперимента

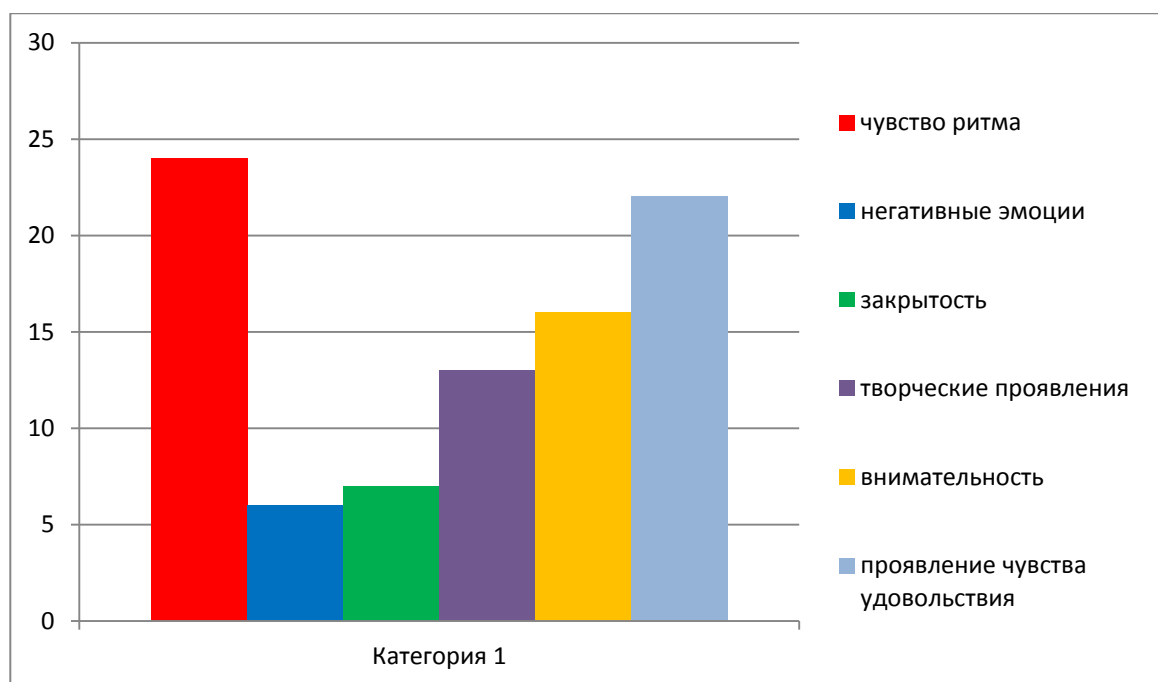


Рисунок 3 – Результаты наблюдения за проявлениями эмоционального благополучия на конец формирующего эксперимента

Вывод: сравнение данных до и после занятий показало как улучшились характеристики эмоционального благополучия детей после проведенных музыкально-двигательных занятий. У некоторых детей на начало занятий была очень сильно выражена закрытость и негативные эмоции, которые мешали детям в развитии эмоциональной сферы, было слабо развито проявления чувства удовольствия(смех, улыбка). За время проведенного эксперимента показатели выросли,

- Чувство удовольствия возникало, когда у детей все получалось
- Внимательность осталась на прежнем уровне, все дети очень внимательно слушали педагога.
- Чувство ритма – это способность активно переживать музыку, чувствовать эмоционально выразительность музыкального ритма и точно его воспроизводить. Дети научились слушать музыку, выполнять движения в такт,

отсюда возникло активное проявление танцевальной деятельности, дети показали себя и раскрыли все свои способности.

Такие показатели как негативные эмоции, закрытость у детей стали меньше, это говорит о том, что дети стали более открыты, активны и общительны.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В данной работе мы определили суть главных ключевых понятий: «эмоциональное благополучие», «эмоциональное развитие младших дошкольников», «психолого-педагогические средства эмоционального развития».

Анализ теоретических исследований говорит нам о том, что в психолого-педагогической литературе накоплен значительно важный материал по проблеме развития эмоциональной сферы дошкольников. Также мы выяснили, что проблема достижения эмоционального благополучия детей дошкольного возраста, необходимого для их развития в процессе двигательной деятельности требует специального изучения. В своем исследовании мы рассматриваем влияние музыкально-двигательных занятий, способствующих достижению эмоционального благополучия детей 2-3 лет.

Под младшим дошкольным возрастом мы понимаем благоприятный этап для организации работы по эмоциональному развитию детей. Младший дошкольник достаточно впечатлителен, открыт для усвоения социальных и культурных ценностей, стремится к признанию себя среди других людей. У него ярко прослеживается неотделимость впечатлений и эмоций от процессов восприятия, мышления, фантазии, воображения.

К психолого-педагогическим средствам эмоционального развития младших дошкольников относятся: развивающая среда, игра, музыка, детское художественное творчество, художественная литература. Материал изученной литературы по достижению эмоционального благополучия с помощью музыкально-двигательных занятий для детей 2-3 лет, был освоен и применен в дальнейшей практике.

Вторая и третья задача была достигнута благодаря определенным принципам, которые способствовали улучшению эмоционального благополучия и развитию физических качеств детей: принцип доступности, принцип активной деятельности, принцип наглядности, принцип очередности, систематичности, постепенности и индивидуальный подход к каждому ребенку.

Задача четвертая нам показана на диаграммах, которых хорошо видно как изменилось влияние предложенных нами занятий на уровень эмоционального благополучия детей.

Эмоциональное благополучие детей за счет применения подобранных методов и определенной структуры музыкально-двигательных занятий было достигнуто. Структура занятий по методикам Н.А. Ветлугиной имеет целью развитие у ребенка общей музыкальности. В каждой форме занятий должны присутствовать все виды исполнительства: пение, музыкально-ритмические движения, игра на детских музыкальных инструментах

Гипотеза была подтверждена.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – Санкт – Петербург: Питер, 2013. – 400 с
2. Волков, Б.С., Волкова Н.В. Психология общения в детском возрасте. Учебное пособие – М.: А.П.О., 1996
3. Выготский, Л.С. «Психология развития человека», Москва 2013. 1136 с.
4. Выготский, Л. С. Собрание сочинений: в 6 т. / Л. С. Выготский; под ред. Д. Б. Эльконина. – Москва: Педагогика, 1995. – Т.4. – 432 с.
5. Горбатков, А. А. Позитивные и негативные эмоции: взаимосвязь и ее зависимость от уровня субъективного развития индивида/А.А. Горбатков // Психологический журнал. - 2013. - Т.22. - № 1. - С.61-71
6. Долгов, В.И., Крыжановская Н.В., Шалдилов С.В / психолого-педагогическая коррекция видов памяти младших школьников / Научно-методический электронный журнал Концепт. 2015. Т. 31. С. 141-145.
7. Ермолаева, М. В. Практическая психология детского творчества / М.В. Ермолаева. - М.: Московский психолого-социальный институт, 2001.
8. Запорожец, А. В. Некоторые психологические проблемы детской игры [Текст] /А.В. Запорожец// Дошкольное воспитание. – 1995. – №10-с.8
9. Изард, К. Е. Психология эмоций /К.Е. Изард. - СПб.: Питер, 2012
10. Ильин, Е П. Структура эмоциональности как свойства личности/Е.П. Ильин, В.Г. Пинигин // Психологические проблемы самореализации личности. Вып. 5. - СПб.: Изд-во СПбГУ, 2014.
11. Кошелева, А. Д. Проблема эмоционального мироощущения ребенка в детской психологии /А.Д. Кошелева // Психолог в детском саду - 2000. - № 2-3. - С. 44-48.

12. Кулагина, И. Ю. Возрастная психология (Развитие ребенка от рождения до 17 лет): учебное пособие/И.Ю. Кулагина. - М.: РОУ, 1996
13. Кучерова, Э. В., Куркина, И. Б. Эмоциональное благополучие детей как показатель их психического здоровья/Э.В. Кучерова // А.В. Запорожец и современная наука о детях: Тезисы конференции, посвященной 90-летию А.В. Запорожца. - М., 1996. - С.112-122.
14. Куцакова, Л.В., Мерзлякова С.И «Воспитание ребёнка-дошкольника» М., ГИЦ:, Владос, 2014
15. Михайлова, М.А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль:Академия развития, 2000.
16. Леонтьев, В. Г. Мотивация и психологические механизмы ее формирования / В. Г. Леонтьев. – Новосибирск: ГП «Новосибирский полиграфкомбинат», 2009. – 264 с
17. Лисина, М. И. Влияние отношений с близкими взрослыми на развитие ребенка раннего возраста/ М. И. Лисина // Вопросы психологии. – 1961. – № 3. – С. 117–125.
18. Михайленко, Н. Я. Короткова Н. А. // Взаимодействие взрослых с детьми в игре. М.: Издательство «ГНОМ и Д», 2000. – 80 с.
19. Минаева, В. М. Развитие эмоций дошкольников. - М.: АРКТИ, 2001. - 48 с.
20. Научно – методический журнал «Детский сад: теория и практика». – 2015. – № 1. – С. 72–79.
21. Обухова, Л.Ф. «Возрастная психология», Москва 2013 г., 412с.
22. Осорина, М. В. Секретный мир детей в пространстве мира взрослых / М. В. Осорина – Санкт-Петербург: Питер, 1999. – 431 с.



23. Пинигин, В.Г. Возрастные изменения эмоциональных свойств личности // Ананьевские чтения-2001: Тезисы научно-практической конференции. - СПб., 2001
24. Практическая психология образования / Под ред. И.В. Дубровиной. СПб.: Питер, 2004.
25. Прохоров, А. О. Методики диагностики психических состояний детей дошкольного возраста/А.О. Прохоров, С.В. Велтева // Психология психических состояний. // Под ред. А.О. Прохорова. Вып. 1. - Казань: Изд-во КГПУ, 2015. - С. 162-187.
26. Психология личности и деятельности дошкольника / Под ред. А.В. Запорожца, Д.Б. Эльконина. - М., 1997.
27. Психология личности и деятельности дошкольника / Под ред. А.В. Запорожца, Д.Б. Эльконина. - М., 1965
28. Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста / Под ред. А.В. Запорожца, Я.З. Неверович. - М, 1995
29. Роньжина, А.С. Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению. М.: Книголюб, 2010.
30. Симонов П.В., Рубинштейн С. Л. Адаптивные функции эмоций // Физиология человека. - 2004. - № 2. - С. 5-9.
31. Смирнова, Е. О. Детская психология: Учебник для вузов / Е. О. Смирнова. – 3–е изд., перераб. – Санкт-Петербург: Питер, 2009. – 304 с.
32. Смирнова, Е.О. Межличностные отношения дошкольников диагностика, проблемы, коррекция / Е.О.Смирнова, В. Н. Холмогорова.- М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2005.-158с.
33. Фрайфельд, И.В. с 221 Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения — 2010.

34. Фрайфельд, И.В. Организация физкультурно-оздоровительных занятий для обеспечения эмоционального благополучия младших дошкольников [Текст] / И.В. Фрайфельд, А.Е. Терентьев // Теория и практика физической культуры. – 2010. – №3.– С.51-54
35. Фуряева, Т.В. / Наблюдательные практики 22. с Красноярск - 2013
36. Экман Пол. Психология эмоций. / Я знаю, что ты чувствуешь. – СПб.: Питер, 2010.
37. Эльконин, Д. Б. Психическое развитие в детских возрастах/Д.Б. Эльконин // Избр. психол. тр. / Под ред. Д.И. Фельдштейна. - М.; Воронеж, 2005.
38. Эльконин, Д. Б. Избранные психологические труды / Д. Б. Эльконин. – Москва: Педагогика, 2012. – 560 с.
39. Эмоциональное развитие дошкольника / Под.ред. А.С. Кошелевой. - М., 1987.
40. Copple, C. Developmentally appropriate practice in early childhood programs serving children from birth through age 8 / C. Copple, S. Bredekamp. – Washington, DC: National Association for the Education of Young Children, 2009. – 182 p

## ПРИЛОЖЕНИЕ А

### (обязательное)

#### Этапы проведения и подготовки занятий

Таблица А.1 - Этапы проведения и подготовки занятий

Этапы проведения	– Мероприятия, проводимые в этот период.
Январь-февраль	<ul style="list-style-type: none"><li>– Поиск литературы по данной теме.</li><li>– Знакомство с детьми.</li><li>– консультация с воспитателями, по особенностям развития.</li><li>– Подготовка необходимых инструментов</li><li>– Составление плана работы</li></ul>
Март- апрель	<ul style="list-style-type: none"><li>– Создание условий для проведения</li><li>– Подбор сопровождающей музыки</li><li>– Разучивание танцевальных движений</li><li>– Консультация воспитателей и подготовка детей к выступлению на праздниках</li><li>– Создание благоприятной атмосферы, для эмоционального состояния ребенка</li></ul>
Апрель-май	<ul style="list-style-type: none"><li>– Дальнейшее планирование музыкально-двигательных занятий</li><li>– Выступление детей перед педагогами и родителями</li></ul>